

Oversikt alle tema

1. Arbeidskrav

Arbeidsintensitet (fast)

Økte krav

- intensivering
- karrierekrav
- kompetanse

2. Digitale løsninger

Kompleksitet

Overbelastning

Teknisk støtte

Nytteverdi

Upålitelighet

Arbeidsrelatert FoMo

Videomøter:

- generell utmattelse
- sosial utmattelse
- emosjonell utmattelse

3. Tilgjengelighet

Arbeidstid

Jobbtilgjengelighet

Avbrytelser

4. Autonomi

Kontroll (fast)

5. Rolleforventninger

Rollekonflikt (fast)

Rolleklarhet

Illegitime oppgaver

6. Arbeid privatliv

Arbeid-privatliv ubalanse

Grenser mellom arbeid og privatliv

Grenser mellom privatliv og arbeid

7. Brukerkontakt

Emosjonelt arbeid

8. Meningsfullhet

Meningsfullhet

9. Balanse

Innsats - belønning

10. Jobbusikkerhet

Kvalitativ jobbusikkerhet (fast)

11. Kompetanseutvikling

Kompetanseutvikling

Hvordan legger virksomheten til rette:

- Læring og utvikling
- Læring gjennom refleksjon
- Læring gjennom eksperimentering

Læringskultur i virksomheten

12. Kontorutforming

Kontorordning (fast)

Kontorløsning:

- fysiske faktorer
- psykologiske faktorer

13. Arbeid hjemmefra

Arbeid hjemmefra

14. Ledelse

Ledelsesklima (fast)

Støtte fra nærmeste leder

Bemyndigende ledelse

Rettferdig ledelse

Prioritering oppgaver

Fjernledelse

15. Selvledelse

Selvledelse

Selvurdert arbeidsprestasjon:

- Oppgaveutførelse
- Kontekstuell prestasjon
- Kontraproduktiv oppførsel på jobb

Selvregulert læring og utvikling

16. Samspill

Psykologisk trygghet (fast)

Støtte fra kolleger

Sosialt klima

Konflikt

Innovasjonskultur

Ulik behandling

17. Mobbing

Negative handlinger på jobben

Selvopplevd mobbing

18. Uønsket seksuell oppmerksomhet

Uønsket seksuell oppmerksomhet

- Frekvens
- Hendelser

19. Netthets

Netthets – handlinger

Uhøflighet på nett:

- Arbeidsrelatert
- Personrelatert
- Krenking av privatliv

20. Vold og trusler

Vold og trusler

21. Tilknytning

Tilhørighet (fast)

Jobbengasjement (fast)

Intensjon om å slutte

22. Helseplager

Fysiske plager

Psykiske plager

23. Arbeidsevne

Arbeidsevne

24. Organisasjonsendring

Konsekvenser av endring for den individuelle arbeidstaker

Endringsevne

Involvering i endring

Rykker om endring

25. Sikkerhet

Sikkerhetsklima

Temaveileder – MUST

1. Arbeidskrav

Fast: Arbeidsintensitet

Spm. 1: Er arbeidsbelastningen din **ujevn** slik at arbeidet hopper seg opp?

Spm. 2: Er det nødvendig å arbeide i et høyt **tempo**?

Spm. 3: Har du for **mye** å gjøre?

Svarverdier: 1. Helt enig – 2. Delvis enig – 3. Ikke enig

Valgfri: Økte krav på jobb – intensivering av arbeid

Veiledning: I løpet av de siste fem årene, har følgende endringer skjedd i arbeidet ditt? Hvis du har jobbet mindre enn fem år med det du jobber med nå, vurder utsagnene basert på den tiden du har jobbet med det du jobber med nå.

Spm. 1: Det er sjeldnere og sjeldnere tilstrekkelig **tid** til arbeidsoppgaver

Spm. 2: Det blir stadig vanskeligere å ta seg tid til **pauser**

Spm. 3: Tiden mellom de mer intense jobbeperiodene har blitt **kortere**

Spm. 4: Man må oftere gjøre to eller tre ting **samtidig** (for eksempel spise lunsj, skrive e-post og snakke i telefonen)

Spm. 5: Stadig mer arbeid må gjøres av **færre** ansatte

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2 – 3 – 4 – 5. Fullstendig

Valgfri: Økte krav på jobb – planlegging og beslutning ifb. med karriere

Spm. 1: Man må i stadig større grad opprettholde sin **attraktivitet** på arbeidsmarkedet (f.eks. gjennom videreutdanning, nettverksbygging)

Spm. 2: Egen faglig utvikling innebærer i økende grad å være åpen for andre **alternativer**

Spm. 3: Man må i økende grad **planlegge** sin profesjonelle karriere på egen hånd

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2 – 3 – 4 – 5. Fullstendig

Valgfri: Økte krav på jobb – kompetansekrav

Spm. 1: Man må i økende grad gjøre seg **kjent** med nye arbeidsprosesser

Spm. 2: Man må i økende grad **venne** seg til nye arbeidsprosesser

Spm. 3: Man må oftere bruke **nytt** arbeidsutstyr (enheter, programmer, osv.)

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2 – 3 – 4 – 5. Fullstendig

2. Digitale løsninger

(Merk! IKT = informasjons- og kommunikasjonsteknologi)

Valgfri: Digitale løsninger – kompleksitet

Spm. 1: Jeg finner at det ofte er for **komplisert** å løse en oppgave ved å bruke IKT som er tilgjengelig for meg på jobben

Spm. 2: Jeg trenger ofte **mer tid** enn forventet til å løse en oppgave ved å bruke IKT som er tilgjengelig på jobb

Spm. 3: Jeg føler at tilgjengelig IKT på jobben er **forvirrende**

Spm. 4: Jeg finner ofte **ikke tid nok** til å følge med på ny IKT funksjonalitet på jobben

Spm. 5: Det ville tatt meg **for lang tid** å finne fullstendig ut av hvordan jeg skal bruke IKT som er tilgjengelig på jobb

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: Digitale løsninger – overbelastning

Spm. 1: På grunn av IKT har jeg for **mye å gjøre**

Spm. 2: På grunn av IKT har jeg for mange **ulike ting** å gjøre på jobben

Spm. 3: IKT gjør det for **enkelt** for andre å sende meg tilleggsoppgaver

Spm. 4: Jeg har aldri **tid til overs** fordi timeplanen min er for tett på grunn av IKT

Spm. 5: Det kommer en konstant strøm av arbeidsrelatert informasjon gjennom IKT som jeg rett og slett ikke klarer **å følge med på**

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: Digitale løsninger – **teknisk støtte**

Spm. 1: Jeg må **bekymre** meg for IKT-relaterte problemer fordi organisasjonen vår ikke tilbyr nok støtte til å løse dem

Spm. 2: Når det gjelder IKT-relaterte problemer, skjer det for ofte at det ikke er nok **brukerstøtte** tilgjengelig på jobb

Spm. 3: Det skjer for ofte at teknisk brukerstøtte ikke er **tilgjengelig** når jeg trenger det

Spm. 4: Jeg må ofte **vente lenge** fordi tekniske problemer ikke kan løses på en tilfredsstillende måte i vår organisasjon

Spm. 5: Jeg er **redd** for at tekniske problemer jeg har på jobben ikke skal kunne løses av noen andre på jobb

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: Digitale løsninger – **nytteverdi**

Spm. 1: Jeg synes ikke funksjonene i IKT jeg bruker er godt nok tilpasset kravene i arbeidet mitt

Spm. 2: Jeg synes ikke IKT-verktøyene jeg har tilgang til på jobb er nyttige nok for arbeidsoppgavene mine

Spm. 3: IKT-verktøyene jeg bruker på jobben har for mange funksjoner som jeg aldri har bruk for

Spm. 4: Det kreves for mange forskjellige systemer for å utføre oppgavene jeg må gjøre i løpet av en vanlig dag på jobb

Spm. 5: Jeg mener at det meste av IKT jeg har tilgang til på jobben ikke er nyttig nok og at jeg kunne jobbet uten det

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: Digitale løsninger – **upålitelighet**

Spm. 1: Jeg opplever altfor ofte **uventet oppførsel** av IKT-verktøy jeg bruker på jobben (f.eks. systemkrasj eller lang svartid)

Spm. 2: Jeg **taper** for mye tid på grunn av tekniske feil

Spm. 3: Jeg bruker for **mye tid** på å prøve å fikse tekniske feil

Spm. 4: For mye av arbeidstiden min kastes bort på å håndtere **upåliteligheten** til IKT-verktøy

Spm. 5: De daglige problemene med IKT (f.eks. trege programmer eller uventet oppførsel) **plager** meg veldig

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Helt enig

Valgfri: Arbeidsrelatert **FoMo** («Fear of missing out”)

Veiledning: Vennligst oppgi hvor enig du er i hver uttalelse med tanke på hvordan du vanligvis eller stort sett føler deg når du er borte fra jobb (f.eks. har fri) eller frakoblet jobb (f.eks. ikke tilgjengelig via e-post, SMS eller andre direktemeldinger).

Spm. 1: Jeg er **redd** for å gå glipp av nettverksmuligheter som kollegene mine får

Spm. 2: Jeg blir **engstelig** for at jeg skal gå glipp av muligheter til å skape viktige forbindelser på jobb

Spm. 3: Jeg **bekymrer** meg for å gå glipp av verdifull jobbrelatert informasjon

Spm. 4: Jeg **bekymrer** meg for å gå glipp av viktig informasjon som er relevant for jobben min

Spm. 5: Jeg **bekymrer** meg for å ikke få vite hva som skjer på jobben

Svarverdier: 1. Svært uenig – 2. Uenig – 3. Verken enig eller uenig – 4. Enig – 5. Helt enig

Valgfri: Utmattelse ifb. med videomøter – **generell utmattelse**

Spm. 1: I hvor stor grad **unngår** du sosiale situasjoner etter videomøter?

Spm. 2: Hvor mye ønsker du å være **alene** etter videomøter?

Spm. 3: Hvor stort er ditt behov for **alenetid** etter videomøter?

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2. Litt – 3. Moderat – 4. veldig – 5. Ekstremt

Valgfri: Utmattelse ifb. videomøter – **sosial utmattelse**

Spm. 1: I hvor stor grad **unngår** du sosiale situasjoner etter videomøter?

Spm. 2: Hvor mye ønsker du å være **alene** etter videomøter?

Spm. 3: Hvor stort er ditt behov for **alenetid** etter videomøter?

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2. Litt – 3. Moderat – 4. veldig – 5. Ekstremt

Valgfri: Utmattelse ifb. med videomøter – **emosjonell utmattelse**

Spm. 1: Hvor følelsesmessig **utmattet** er du etter videomøter?

Spm. 2: Hvor **irritabel** føler du deg etter videomøter?

Spm. 3: Hvor **humørsyk** føler du deg etter videomøter?

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2. Litt – 3. Moderat – 4. veldig

3. Tilgjengelighet

Valgfri: Arbeidstid og forventning om tilgjengelighet [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Hvor mange timer i uken er din **avtalefestede** arbeidstid? (Heltidsstilling er vanligvis 37.5 timer)

Spm. 2: I en typisk arbeidsuke, hvor mange timer jobber du **utover** dette? (skriv 0 hvis ikke relevant)

Spm. 3: Forventes det at du er **tilgjengelig** utenfor avtalefestet arbeidstid?

Valgfri: Utvidet jobbtilgjengelighet

Spm. 1: Hvor ofte blir du **kontaktet** av kolleger, ledere eller kunder/klienter/brukere privat når du ikke er på jobb?

Spm. 2: Hvor ofte synes du det er **nødvendig** å være tilgjengelig for jobbrelaterte saker på fritiden?

Spm. 3: Hvor ofte synes du personlig det er **rimelig** å være tilgjengelig for jobbrelaterte saker på fritiden?

Svarverdier: 1. Ofte – 2. Noen ganger – 3. Sjelden – 4. Aldri

Valgfri: Avbrytelser på jobb

Spm. 1: Jeg blir ofte avbrutt når jeg jobber med **kjerneoppgavene** mine (f.eks. på grunn av telefonsamtaler)

Spm. 2: Jeg klarer ikke å **fokusere** på én aktivitet fordi jeg blir avbrutt hele tiden

Spm. 3: Hvor ofte synes du det er vanskelig eller umulig å **gjøre** jobben din på grunn av avbrytelser fra andre mennesker?

Svarverdier: 1. Aldri – 2 – 3 – 4 – 5. Alltid

4. Autonomi

Fast: Kontroll over avgjørelser

Spm. 1: Hvis det finnes flere forskjellige måter å utføre arbeidet ditt på, kan du selv velge hvilken **framgangsmåte** du skal bruke?

Spm. 2: Kan du påvirke **mengden** av arbeid som blir tildelt deg?

Spm. 3: Kan du påvirke **avgjørelser** om hvilke personer som du skal samarbeide med?

Spm. 4: Kan du påvirke **beslutninger** som er viktige for ditt arbeid?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

5. Rolleforventninger

Fast: Rollekonflikt

Spm. 1: Må du gjøre ting som du mener burde vært gjort **annerledes**?

Spm. 2: Får du oppgaver uten tilstrekkelige hjelpemidler og **ressurser** til å fullføre dem?

Spm. 3: Mottar du **motstridende** forespørsler fra to eller flere personer?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Rolleklarhet [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Er det fastsatt klare **mål** for din jobb?

Spm. 2: Vet du hva som er ditt **ansvarsområde**?

Spm. 3: Vet du nøyaktig hva som **forventes** av deg i jobben?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Illegitime oppgaver [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Hender det at du må gjøre ting som du synes er **unødvendig**?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

6. Arbeid – privatliv

Valgfri: Arbeid-privatliv ubalanse [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Hender det at kravene på **jobben** forstyrrer ditt privatliv/familieliv?

Spm. 2: Hender det at krav fra **familien** eller ektefelle/partner forstyrrer utførelsen av arbeidet ditt?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Grenser mellom arbeid og privatliv

Veiledning: Følgende spørsmål handler om hvordan du for øyeblikket håndterer skillet mellom jobb og fritid. Setningene nedenfor består av to motsatte utsagn. Angi for hver setning hva som samsvarer med din egen væremåte. Jo nærmere en uttalelse du plasserer markøren, jo mer gjenspeiler denne uttalelsen din egen væremåte. Det finnes ikke riktige eller gale svar.

Spm. 1:

1. Jeg **tar** aldri med meg jobb hjem – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg tar ofte med meg jobb hjem

Spm. 2:

1. Jeg **forlater** alltid arbeidsplassen min i tide – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg forlater ofte arbeidsplassen min sent

Spm. 3:

1. Jeg jobber aldri etter **ordinær** arbeidstid eller i helgene – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg jobber ofte etter ordinær arbeidstid eller i helgene

Spm. 4:

1. Jeg **tenker** aldri på jobb når jeg har fri – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg tenker ofte på jobb når jeg har fri

Spm. 5:

1. Jeg **kommuniserer** aldri med folk fra jobben på fritiden – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg kommuniserer ofte med folk fra jobben på fritiden min

Svarverdi: plasser markøren

Valgfri: Grenser mellom privatliv og arbeid

Spm. 1:

1. Jeg gjør aldri oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er **fysisk på arbeidsplassen** min – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg gjør ofte oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er fysisk på arbeidsplassen min

Spm. 2:

1. Jeg har aldri mulighet til å komme **sent** eller dra **tidlig** for å kunne gjøre ikke-jobbrelevante oppgaver – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7. Jeg har ofte mulighet til å komme sent eller dra tidlig for å kunne gjøre ikke-jobbrelevante oppgaver.

Spm. 3:

1. Jeg gjør aldri oppgaver som ikke er jobbrelevante i **arbeidstiden** – 2 – 3 - 4 – 5 – 6 – 7. Jeg gjør ofte oppgaver som ikke er jobbrelevante i arbeidstiden

Spm. 4:

1. Jeg **tenker** aldri på oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er på jobb arbeidstiden – 2 – 3 - 4 – 5 – 6 – 7. Jeg tenker ofte på oppgaver som ikke er jobbrelevante mens jeg er på jobb

Spm. 5:

1. Jeg **kommuniserer** aldri med familie og venner mens jeg er på jobb – 2 – 3 - 4 – 5 – 6 – 7. Jeg kommuniserer ofte med familie og venner mens jeg er på jobb

Svarverdi: plasser markøren

7. Brukerkontakt

Valgfri: Emosjonelt arbeid

Spm. 1: Må du ta imot og behandle **klager** fra brukere/kunder (eller andre)?

Svarverdi:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Spm. 2: Hvor ofte i jobben din må du **undertrykke** følelser for å fremstå nøytral på «utsiden»?

Spm. 3: Hvor ofte i jobben din må du overfor brukerne vise **følelser** som ikke er i overensstemmelse med det du selv føler overfor brukerne der og da?

Spm. 4: Hvor ofte i jobben din må du **vise** en positiv sinnstemning/være hyggelig eller vise ubehagelige følelser (f.eks. sinne) samtidig som du egentlig er likegyldig til situasjonen?

Spm. 5: Hvor ofte i jobben din må du **vise følelser** som ikke er i overensstemmelse med dine egne følelser?

Spm. 6: Hvor ofte i jobben din må du forholde deg til **sterke følelser** som for eksempel sorg, sinne, fortvilelse, oppgitthet eller liknende hos brukerne?

Svarverdier:

1. Sjeldent eller aldri – 2. En gang i uka – 3. En gang per dag – 4. Flere ganger per dag – 5. Flere ganger i timen

8. Meningsfullhet

Valgfri: Meningsfullhet [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Er jobben din **meningsfull**?

Svarverdier:

1. I meget stor grad – 2. I stor grad – 3. Til en viss grad – 4. I liten grad – 5. Ikke i det hele tatt

9. Balanse

Valgfri: **Innsats - belønning** [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Sett i forhold til **innsatsen** og det jeg presterer, får jeg den respekten og **anerkjennelsen** jeg fortjener i jobben

Svarverdier:

1. Helt uenig - 2. Litt uenig - 3. Hverken enig eller uenig - 4. Litt enig - 5. Helt enig

10. Jobbusikkerhet

Fast: **Kvalitativ jobbusikkerhet**

Spm. 1: Jeg tror jobben min vil endre seg til det **verre** i tiden framover

Spm. 2: Jeg føler meg utrygg på hva slags **arbeidsvilkår** jeg vil få framover

Spm. 3: Jeg er **bekymret** for hvordan jobben min vil bli i framtiden

Svarverdier:

1. Helt uenig - 2. Litt uenig - 3. Hverken enig eller uenig - 4. Litt enig - 5. Helt enig

11. Kompetanseutvikling

Valgfri: **Kompetanseutvikling** [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Må du tilegne deg **nye** ferdigheter og ny kunnskap for å kunne gjøre jobben din?

Spm. 2: Blir du gitt **mulighet** til å oppdatere kunnskap og ferdigheter som kreves i jobben din?

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Hvordan virksomheten legger til rette - **læring og utvikling**

Spm. 1: Gir virksomheten din deg interessante **læringsmuligheter**?

Spm. 2: Gir virksomheten din deg nok ressurser til å **utvikle** kompetansen din?

Spm. 3: Gir jobben din deg anledning til personlig **vekst** og utvikling?

Spm. 4: Gir virksomheten din deg muligheten til å følge **opplæring** og/eller kurs?

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Hvordan virksomheten legger til rette - **læring gjennom refleksjon**

Spm. 1: I jobben min får jeg muligheten til å tenke over **ulike** arbeidsmetoder

Spm. 2: I jobben min får jeg muligheten til å tenke over hvordan jeg kan **utføre** oppgavene mine på en mer **effektiv** måte

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Hvordan virksomheten legger til rette - **læring gjennom eksperimentering**

Spm. 1: Når jeg opplever **vanskeligheter** med arbeidsoppgavene mine, får jeg muligheten til å vurdere hvilken tilnærming som egner seg best

Spm. 2: I jobben min kan jeg prøve ut forskjellige **metoder** selv om de ikke nødvendigvis fører til nyttige resultater

Spm. 3: I jobben min blir jeg gitt **nok tid** til å finne ut hvordan jeg kan utføre oppgaver mer effektivt

Spm. 4: I jobben min får jeg nok **tid og muligheter** til å lete etter nye løsninger på oppgaverrelaterte problemstillinger

Svar verdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Læringskultur i virksomheten

Spm. 1: **Feil** blir åpent diskutert slik at man lærer av dem

Spm. 2: Forskjellene mellom de faktiske og forventede resultatene blir analysert på en **kritisk og konstruktiv** måte

Spm. 3: **Lærdommer** og **erfaringer** blir gjort tilgjengelige for alle involverte

Spm. 4: Det iverksettes **tiltak** for å bli stadig bedre

Spm. 5: Ulike **synspunkter** uttrykkes på en åpen og ærlig måte

Spm. 6: Folk **oppfordres** til å spørre «hvorfor», uavhengig av hvilken rang de har

Spm. 7: Man **lytter** til andres synspunkter

Spm. 8: Vi **lærer** av hverandre

Spm. 9: Medarbeiderne **deler** kunnskapene sine med hverandre

Spm. 10: I gruppediskusjoner blir alles synspunkter tatt i **betraktning**

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

12. Kontorutforming

Fast: Kontorordning

Spm. 1: Tenk på en typisk arbeidsuke, hvor jobber du **oftest**?

Svarverdier:

1. På kontor med fast arbeidsstasjon - 2. På kontor uten fast arbeidsstasjon - 3. Hjemmefra -4. Fjernarbeid (utenfor egen bopel) - 5. Annet

HVIS spm. 1 alt. 2: Er utformingen slik at alle kan ha kontor plass **samtidig**?

HVIS spm. 1 alt. 1 eller 2: Type **løsning**:

Svarverdier:

1. Eget kontor med kun én arbeidsstasjon - 2. Delt kontor med 2-3 arbeidsstasjoner - 3. Landskap med 4-9 arbeidsstasjoner - 4. Landskap med 10-24 arbeidsstasjoner 5 Landskap med mer enn 24 arbeidsstasjoner

Spm. 2: Hvor **fornøyd** er du med ordningen du jobber i?

Svarverdier:

*1. Svært misfornøyd – 2. Nokså misfornøyd – 3. Verken misfornøyd eller fornøyd – 4. Nokså fornøyd -
5. Svært fornøyd*

Valgfri: Kontorløsning, **fysiske faktorer**

Hvor fornøyd er du med følgende aspekter av kontorløsningen du jobber i? Merk! Med "kontorløsning" menes kontorløsningen du har i arbeidsgivers lokaler

Spm. 1: Nivå av **støy**, distraksjoner (lydmessig og visuelt)

Spm. 2: **Inneklima**

Spm. 3: **Arkitektur og utforming**

Spm. 4: **Tilrettelegging** av dine behov

Spm. 5: **Lysforhold**

Svarverdier:

1. Overhodet ikke fornøyd – 2. – 3. – 4. – 5. Svært fornøyd

Valgfri: Kontorløsning, psykologiske faktorer

I min kontorløsning ... Merk! Med "kontorløsning" menes kontorløsningen du har i arbeidsgivers lokaler

Spm. 1: Kan jeg ha en samtale uten å **forstyrre** andre

Spm. 2: Har jeg tilstrekkelig **privathet**

Spm. 3: Er det uproblematisk å ha **konfidensielle** samtaler

Spm. 4: Kan jeg jobbe uavbrutt over **lengre** perioder

Spm. 5: Kan jeg kommunisere **effektivt** med andre

Spm. 6: Er det **lett** å ta kontakt med kollegaer som jeg har behov for å jobbe med

Spm. 7: Har jeg **mulighet** til å ta kontakt med de som gir meg støtte og hjelp

Spm. 8: Kan jeg jobbe **effektivt** med det lydnivået jeg har rundt meg

Svarverdier:

1. Overhodet ikke fornøyd – 2. – 3. – 4. – 5. Svært fornøyd

13. Arbeid hjemmefra

Valgfri: Arbeid hjemmefra [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: **Hender** det at du jobber hjemmefra?

Svarverdier:

1. Nei – 2. Ja, fast hver uke – 3. Ja, ved behov eller ønske

Spm. 2: Hvor mange **dager** i en typisk uke jobber du hjemmefra?

Svarverdier:

1. Inntil en dag – 2. To dager – 3. tre dager – 4. Fire dager – 5. Fem dager – 6. Seks eller syv dager

Spm. 3: Jeg jobber hjemmefra fordi det er pålagt eller **forventet**

Spm. 4: Jeg jobber hjemmefra fordi jeg **ønsker** det

Svarverdier:

1. Ikke i det hele tatt – 2. I liten grad – 3. Til en viss grad – 4. I stor grad – 5. I meget stor grad

Spm. 5: Jeg jobber hjemmefra for å løse arbeidsoppgaver mer **effektivt**

Spm. 6: Jeg jobber hjemmefra av private eller familiære **hensyn**

Spm. 7: Jeg jobber hjemmefra av hensyn til egen **helse**

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

14. Ledelse

Fast: Ledesklima

Spm. 1: Jeg får den **informasjon** som jeg behøver av min nærmeste leder

Spm. 2: Min nærmeste leder er god til å **håndtere** og gjennomføre endringer

Spm. 3: Min nærmeste leder **forklarer** virksomhetens mål og delmål slik at jeg forstår hva det betyr for mitt arbeid

Spm. 4: Jeg har en klar **forståelse** av hva min nærmeste leder forventer av meg

Spm. 5: Min nærmeste leder **viser** at han/hun bryr seg om hvordan jeg har det

Spm. 6: Jeg har **tilstrekkelig** myndighet i forhold til det ansvar som jeg har

Spm. 7: Min nærmeste leder tar seg **tid** til å involvere seg i sine ansattes karriereutvikling

Spm. 8: Min nærmeste leder **oppmuntrer** meg til å ta del i planleggingen av mitt arbeid

Spm. 9: Jeg får **anerkjennelse** av min nærmeste leder hvis jeg har gjort noe bra

Spm. 10: Jeg får **konstruktiv tilbakemelding** om jeg burde utført oppgaver annerledes

Svarverdier:

1. Aldri - 2. Sjeldent - 3. Av og til - 4. Ofte

Valgfri: Støtte fra nærmeste leder

Spm. 1: Om du trenger det, kan du få **støtte** og **hjelp** i ditt arbeid fra din nærmeste leder?

Spm. 2: Om du trenger det, er din nærmeste leder villig til å **lytte** til deg når du har problemer i arbeidet?

Spm. 3: Blir dine arbeidsresultater **verdsatt** av din nærmeste leder?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Bemyndigende ledelse

Spm. 1: Oppmuntrer din nærmeste leder deg til å **delta** i viktige avgjørelser?

Spm. 2: Oppmuntrer din nærmeste leder deg til å **si fra** når du har en annen mening?

Spm. 3: Hjelper din nærmeste leder deg med å **utvikle** dine ferdigheter?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Rettferdig ledelse [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: **Fordeler** din nærmeste leder arbeidsoppgaver rettferdig og upartisk?

Spm. 2: **Behandler** din nærmeste leder de ansatte rettferdig og upartisk?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Prioritering oppgaver [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Om du trenger det, kan du få **hjelp** fra din nærmeste leder til å prioritere oppgaver?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Fjernledelse [Fast del frem til juni 2024]

Hvor ofte har du kontakt med din nærmeste leder...

Spm. 1: i samme **fysiske** rom?

Spm. 2: via **videosamtale**?

Spm. 3: via **telefon** eller andre løsninger for lydssamtale?

Spm. 4: **skriftlig** via epost, chat og lignende?

Svarverdier:

1. Aldri det siste året - 2. Noen ganger det siste året - 3. Månedlig - 4. Ukentlig - 5. Daglig

15. Selvledelse

Valgfri: Selvledelse [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: I hvilken grad samler du **informasjon** om egne prestasjoner for å bli bedre?

Spm. 2: I hvor stor grad setter du selv **mål** for egen innsats?

Spm. 3: I hvilken grad prøver du å **påvirke** omgivelsene slik at arbeidssituasjonen skal bli mer motiverende?

Svarverdier: 1. I liten grad – 2 – 3- 4- 5. I stor grad

Valgfri: Selvvurdert arbeidsprestasjon – oppgaveutførelse

I løpet av de siste tre månedene ...

Spm. 1: har jeg klart å planlegge **arbeidet** mitt slik at det ble fullført **i tide**

Spm. 2: har **planleggingen** min vært **optimal**

Spm. 3: har jeg vært **oppmerksom** på hvilke **resultater** jeg skulle oppnå i arbeidet mitt

Spm. 4: har jeg klart å **skille** mellom store og små **problemer** på jobben

Spm. 5: har jeg klart å **gjøre jobben** min uten å bruke for **mye tid** og krefter

Spm. 6: har **samarbeidet** med andre vært svært **produktivt**

Svarverdier: 1. Sjelden – 2. Iblant – 3. Jevnlig – 4. Ofte – 5: Alltid

Valgfri: Selvvurdert arbeidsprestasjon – kontekstuell prestasjon

I løpet av de siste tre månedene ...

Spm. 1: har jeg påtatt meg ekstra **ansvar**

Spm. 2: har jeg startet **nye** oppgaver selv når jeg var ferdig med de opprinnelige

Spm. 3: har jeg påtatt meg **utfordrende** arbeidsoppgaver når det var en mulighet

Spm. 4: har jeg jobbet med å holde **jobbkunnskapen** min oppdatert

Spm. 5: har jeg jobbet med å holde **jobbferdighetene** mine oppdaterte

Spm. 6: har jeg kommet med **kreative** løsninger på nye problemer

Spm. 7: har jeg fortsatt å **lete** etter nye utfordringer i jobben min

Spm. 8: har jeg deltatt **aktivt** i jobbmøter

Svarverdier: 1. Sjelden – 2. Iblant – 3. Jevnlig – 4. Ofte – 5. Alltid

Valgfri: Selvvurdert arbeidsprestasjon – **kontraproduktiv oppførsel på jobb**

I løpet av de siste tre månedene ...

Spm. 1: har jeg **klaget** over uviktige saker på jobben

Spm. 2: har jeg gjort **problemer** på jobben større enn de var

Spm. 3: har jeg **fokusert** på de **negative** sidene ved en arbeidssituasjon i stedet for de **positive** sidene

Spm. 4: har jeg snakket med **kolleger** om de **negative** sidene ved jobben min

Spm. 5: har jeg snakket med **folk utenfor** organisasjonen om de **negative** sidene ved jobben min

Svarverdier: 1. Aldri – 2. Sjelden – 3. Iblant – 4. Jevnlig – 5. Ofte

Valgfri: **Selvregulert læring og utvikling**

Spm. 1: Følger du med på **utviklingen** innenfor ditt eget område?

Spm. 2: Ber du kolleger om **råd**?

Spm. 3: **Observerer** eller **etterligner** du strategiene til kolleger for å utføre en arbeidsoppgave eller løse et problem?

Spm. 4: Finner du bedre måter å utføre oppgaver på ved hjelp av **prøving** og **feiling**?

Spm. 5: **Reflekterer** du over tidligere handlinger?

Spm. 6: Synes du det er viktig å lære **nye** ting i jobben din?

Spm. 7: Prøver du å bruke **ideer** fra din tidligere erfaring i dine arbeidsoppgaver når det er relevant?

Spm. 8: Tenker du på **alternative** måter å utføre arbeidsoppgavene dine på?

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

16. Samspill

Fast: Psykologisk trygghet

Spm. 1: Personene i min enhet er **komfortable** med å spørre hverandre om den riktige måten å gjøre noe på?

Spm. 2: I min enhet er det **tillatt** å ta opp problemer og vanskelige tema

Spm. 3: Hvis du gjør en **feil** i din enhet, brukes det ofte mot deg?

Spm. 4: Det er **lett** å spørre de andre i enheten om hjelp?

Svarverdier: 1. Veldig uenig – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Veldig enig

Valgfri: Støtte fra kolleger

Spm. 1: Om du trenger det, kan du få **støtte** og **hjelp** i ditt arbeid fra dine arbeidskolleger?

Spm. 2: Om du trenger det, er din nærmeste leder villig til å **lytte** til deg når du har problemer i arbeidet?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: Sosialt klima [Fast del frem til juni 2024]

Hvordan er klimaet i din arbeidsenhet?

Spm. 1: **Oppmuntrende** og **støttende**

Spm. 2: **Mistroisk** og **mistenksomt**

Spm. 3: **Avslappet** og **behagelig**

Svarverdier:

1. Svært lite eller ikke i det hele tatt - 2. Nokså lite - 3. Noe - 4. Nokså meget - 5. Svært meget

Valgfri: **Konflikt** [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Det forekommer **sammenstøt** eller **konfrontasjoner** mellom personer i min enhet

Spm. 2: Det hender at personer i min arbeidsgruppe blir **sinte** i forbindelse med arbeid som utføres

Svarverdier: 1. Stemmer ikke – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. Stemmer helt

Valgfri: **Innovasjonskultur** [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Tar de ansatte selv **initiativ** på arbeidsstedet ditt?

Spm. 2: Blir de ansatte **oppmuntret** til å tenke ut nye måter å gjøre tingene bedre på arbeidsstedet ditt?

Spm. 3: Er det god nok **kommunikasjon** i din arbeidsgruppe?

Svarverdier:

1. Meget sjelden eller aldri – 2. Nokså sjelden – 3. Av og til – 4. Nokså ofte – 5. Meget ofte eller alltid

Valgfri: **Ulik behandling** [Fast del frem til juni 2024]

Har du lagt merke til om ansatte blir **behandlet ulikt** på arbeidsstedet ditt? Med hensyn til:

(Sett kryss. Det er mulig å sette mer enn ett kryss)

Spm. 1: Nei

Spm. 2: Kjønn

Spm. 3: Alder

Spm. 4: Etnisitet

17. Mobbing

Valgfri: Negative handlinger på jobben

Resultater om negative handlinger inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

I en jobbsituasjon kan vi bli utsatt for en rekke ulike typer handlinger fra andre, også av negative karakter. Med negative handlinger menes det her ubehagelige og urimelige handlinger utført av en leder, kollega eller underordnet, og som du kan ha følt deg litt maktesløs overfor eller følt det vanskelig å forsvare deg mot.

I forbindelse med jobben din, har du innenfor de siste seks måneder:

Spm. 1: Opplevd **negative handlinger** rettet mot **deg** som person

Spm. 2: Opplevd **negative handlinger** rettet mot ditt **arbeid** eller din arbeidssituasjon

Spm. 3: Blitt **utelatt** fra det sosiale eller faglige fellesskapet på din arbeidsplass

Svarverdier: 1. Nei, aldri – 2. Ja, men kun ved sjeldne anledninger – 3. Ja, en eller flere ganger i måneden – 4. Ja, en eller flere ganger i uken – 5. Ja, daglig

Hvilke konkrete uønskede handlinger eller negative situasjoner har du blitt utsatt for på jobben de siste 6 månedene? Marker svaralternativ som best beskriver dine opplevelser.

Spm. 1: **Tilbakeholdelse** av nødvendig informasjon slik at jobben ble vanskeliggjort

Spm. 2: **Spredning** av sladder og rykter om deg som person

Spm. 3: **Utstenging** fra det sosiale fellesskap

Spm. 4: Gjentatte "**angrep**" mot din person (f. eks vaner eller bakgrunn) dine holdninger eller kritikk av ditt privatliv

Spm. 5: Blitt **utskjelt** eller offer for spontane raseriutbrudd

Spm. 6: Gjentatte påminnelser om tabber eller **feil** du har gjort

Spm. 7: **Fiendtlighet** eller **taushet** som svar på spørsmål eller forsøk på samtale

Spm. 8: Vedvarende **kritikk** av din jobb eller arbeidsinnsats

Spm. 9: Upassende **morsomheter** på din bekostning fra personer som du kommer dårlig overens med.

Svarverdier: 1. Aldri – 2. En gang – 3. Månedlig – 4. Ukentlig – 5. Daglig

HVIS JA... Hvem utsatte deg for dette? (flere kryss mulig)

Spm. 1: En **overordnet** på arbeidsplassen

Spm. 2: En **kollega** på arbeidsplassen

Spm. 3: **Kunder**, klienter/brukere, elever eller andre som ikke er ansatt på din arbeidsplass

Valgfri: **Selvopplevd mobbing** [Fast del frem til juni 2024]

Resultater om mobbing inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Mobbing på jobben definerer vi slik: Mobbing (for eksempel trakassering, plaging, utfrysing eller sårende erting og fleiping) forekommer når en person gjentatte ganger blir utsatt for ubehagelige, nedverdiggende eller sårende behandling. Mobbing kan også foregå digitalt. For at vi skal kunne kalle noe mobbing må det foregå over en viss tidsperiode, og den som blir mobbet må ha vansker med å forsvare seg. Det er ikke mobbing dersom to omtrent like "sterke" personer kommer i konflikt eller det kun dreier seg om en enkeltstående episode.

Spm. 1: Har du vært utsatt for **mobbing** på din arbeidsplass i løpet av de siste seks månedene?

Svarverdier: 1. Nei – 2. Ja, en sjelden gang – 3. Ja, av og til – 4. Ja, flere ganger i uken – 5. Ja, daglig

HVIS JA... Hvem utsatte deg for mobbing? (flere kryss mulig)

Spm. 1: En **overordnet** på arbeidsplassen

Spm. 2: En **kollega** på arbeidsplassen

Spm. 3: **Kunder**, klienter/brukere, elever eller andre som ikke er ansatt på din arbeidsplass

18. Uønsket seksuell oppmerksomhet

Valgfri: Uønsket seksuell oppmerksomhet – frekvens [Fast del frem til juni 2024]

Resultater om uønsket seksuell oppmerksomhet inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: Hender det at du blir **utsatt** for uønsket seksuell oppmerksomhet, kommentarer eller lignende på jobb?

Svarverdier: 1. Ja, en eller flere ganger i uka – 2. Ja, en eller flere ganger i måneden – 3. Ja, en eller flere ganger siste året 4. Nei

HVIS JA... Hvem utsatte deg for den uønskede seksuelle oppmerksomheten? (flere kryss mulig)

Spm. 6: En **overordnet** på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 7: En **kollega** på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 8: **Kunder**, klienter/brukere, elever eller andre som ikke er ansatt på din arbeidsplass [Kryss]

Valgfri: Uønsket seksuell oppmerksomhet – hendelser

Resultater om uønsket seksuell oppmerksomhet inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Seksuell trakassering defineres som uønsket seksuell oppmerksomhet som er krenkende og plagsomt. Vennligst indiker om du har vært utsatt for noen av de følgende formene for seksuell trakassering på din nåværende arbeidsplass siste 12 måneder

Spm. 1: **Seksuelt ladede** uttrykk, forslag, eller **kommentarer** om din kropp, utseende eller privatliv

Spm. 2: Påtrengende **blikk** eller kroppsspråk

Spm. 3: Blitt vist eller fått tilsendt **bilder** med **seksuelt innhold** (inkludert digitale former)

Spm. 4: **Blotting**

Spm. 5: **Uønskede** berøringer, klemming eller kyss

Svarverdier: 1. Har ikke vært utsatt – 2. En gang – 3. To ganger – 4. Tre eller flere ganger

HVIS JA... Hvem utsatte deg for den uønskede seksuelle oppmerksomheten? (flere kryss mulig)

Spm. 6: En **overordnet** på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 7: En **kollega** på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 8: **Kunder**, klienter/brukere, elever eller andre som ikke er ansatt på din arbeidsplass [Kryss]

19. Netthets

Valgfri: Netthets - handlinger

Resultater om netthets inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Disse spørsmålene tar for seg uønskede negative hendelser du har opplevd i forbindelse med jobben via internett, sosiale medier, epost og andre digitale kommunikasjonsformer (tekstmeldinger, telefon etc.). Hvilke av disse handlingene har du vært utsatt for i løpet av de siste seks månedene?

Spm. 1: Mottatt meldinger med **trusler**

Spm. 2: Funnet urettmessige **negative omtaler** om deg som person, din kompetanse og/eller ditt arbeid

Spm. 3: Funnet **oppfordringer** om at noen bør **skade** deg eller din familie

Spm. 4: Fått **spredd** private opplysninger/påstander om deg eller din familie

Spm. 5: Opplevd **personforfølgelse** (stalking)

Spm. 6: Funnet **bilder** av deg selv, som du selv ikke har godkjent, på diskusjonsforum eller sosiale medier

Spm. 7: At det har blitt **spredd** ondsinnede rykter eller sladder om deg

Spm. 8: Fått personlig informasjon delt uten **samtykke**

Svarverdier: 1. Ikke i det hele tatt – 2. Sjeldent – 3. Av og til – 4. Ofte – 5. Svært ofte

Valgfri: Uhøflighet på nett – arbeidsrelatert

Resultater om uhøflighet på nett inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: E-postene, telefonsamtalene eller meldingene dine blir **ignorert** på jobben

Spm. 2: E-postene dine videresendes til tredjeparter for å **skade** deg

Spm. 3: Arbeidet ditt **kritiseres** åpent ved hjelp av IKT

Spm. 4: Noen **holder tilbake** e-poster eller filer du trenger

Svarverdier: 1. Aldri – 2. En gang – 3. Månedlig – 4. Ukentlig – 5. Daglig

Valgfri: Uhøflighet på nett - personrelatert

Resultater om uhøflighet på nett inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: Rykter eller sladder **spres** om deg ved hjelp av IKT

Spm. 2: Du blir fornærmet, truet eller **skremt** ved hjelp av IKT

Spm. 3: Du mottar stadig **kommentarer** om deg og ditt privatliv gjennom IKT

Svarverdier: 1. Aldri – 2. En gang – 3. Månedlig – 4. Ukentlig – 5. Daglig

Valgfri: Uhøflighet på nett – krenking av privatliv

Resultater om uhøflighet på nett inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: Din personlige informasjon er **hacket** og brukt til å skade deg

Spm. 2: Noen **stjeler** identiteten din

Spm. 3: Personopplysninger om deg **deles** på nettet eller distribueres via meldinger til andre

Svarverdier: 1. Aldri – 2. En gang – 3. Månedlig – 4. Ukentlig – 5. Daglig

20. Vold og trusler

Valgfri: **Vold og trusler**

Resultater om vold/trusler inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og ikke i enhetsrapporter

Spm. 1: Har du i løpet av de siste seks månedene blitt utsatt for **vold** på arbeidsplassen?

Spm. 2: Har du i løpet av de siste seks månedene blitt utsatt for **trusler** på arbeidsplassen som var så alvorlig at du ble redd?

Svarverdier: 1. Ja – 2. Nei

HVIS JA.... Hvem utsatte deg for vold og/eller trusler? (flere kryss mulig)

Spm. 3: En **overordnet** på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 4: En **kollega** på arbeidsplassen [Kryss]

Spm. 5: **Kunder**, klienter/brukere, elever eller andre som ikke er ansatt på din arbeidsplass [Kryss]

21. Tilknytning

Fast: **Tilhørighet**

Spm. 1: Jeg sier til mine venner at dette er en **god organisasjon** å arbeide i

Spm. 2: Mine **verdier** er veldig like organisasjonens verdier

Spm. 3: Denne organisasjonen **inspirerer** meg virkelig til å yte mitt beste

Svarverdier:

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. Delvis uenig – 3 Hverken enig eller uenig– 4. Nokså enig – 5. Helt enig

Fast: **Jobbengasjement**

Spm. 1: Jeg er full av **energi** i arbeidet mitt

Spm. 2: Jeg er **entusiastisk** i jobben min

Spm. 3: Jeg er **oppslukt** av arbeidet mitt

Svarverdier:

1. Aldri i det siste året- 2. Noen ganger det siste året - 3. Månedlig - 4. Noen ganger i måneden - 5. Ukentlig – 6. Noen ganger i uken – 7. Daglig

Valgfri: Intensjon om å slutte [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Jeg kommer **sannsynligvis** til å se etter en ny jobb det neste året

Svarverdier:

Svarverdier: 1. Helt uenig – 2. Delvis uenig – 3 Hverken enig eller uenig– 4. Nokså enig – 5. Helt enig

22. Helseplager

Resultater om helseplager inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og kun for å vise samvariasjon med ulike arbeidsforhold. Konkrete tall for hvor mange som oppgir å ha de ulike plagene vises ikke.

Valgfri: Fysiske plager [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Har du vært plaget av smerter i **nakken** de siste 4 ukene?

Spm. 2: Har du vært plaget av smerter i **ryggen** de siste 4 ukene?

Spm. 3: Har du vært plaget av **hodepine** de siste 4 ukene?

Svarverdier:

1. Ikke plaget – 2. Litt plaget – 3. En del plaget– 4. Alvorlig plaget

Valgfri: Psykiske plager [Fast del frem til juni 2024]

Under finner du en liste med ulike problemer. Har du opplevd noe av dette den siste uken (til og med i dag)?

Spm. 1: Følt deg **anspent** eller oppjaget

Spm. 2: Følt deg **redd** eller engstelig

Spm. 3: Følelse av **håpløshet** med tanke på fremtiden

Spm. 4: **Nedtrykt**, tungsindig

Spm. 5: Følt deg **bekymret** eller urolig

Svarverdier:

1. Ikke opplevd det – 2. Litt – 3. Ganske mye – 4. Veldig mye

23. Arbeidsevne

Resultater om helseplager inngår KUN i rapport for virksomheten samlet og kun for å vise samvariasjon med ulike arbeidsforhold. Konkrete tall for hvor mange som oppgir å ha høy eller arbeidsevne vises ikke.

Valgfri: **Arbeidsevne** [Fast del frem til juni 2024]

Spm. 1: Vi går ut ifra at din **arbeidsevne** på sitt beste verdsettes med 10 poeng. Hvor mange poeng vil du gi din nåværende arbeidsevne (0 betyr at du ikke er i stand til å arbeide for øyeblikket)

Svarverdier:

0. helt uten evne til å arbeide – 1. – 2. – 3. – 4. – 5. – 6. – 7. – 8. – 9. – 10. arbeidsevne på sitt beste

24. Organisasjonsendring

Valgfri: **Konsekvenser av endringer for den individuelle arbeidstaker**

Dersom det har vært endringer på jobben de siste 12 månedene, hvordan har du blitt påvirket?

Spm. 1: Endringene har gitt meg nye **muligheter**

Spm. 2: Sammenlignet med tidligere, så har mine arbeidsoppgaver blitt mindre **utfordrende** enn hva jeg ønsker

Spm. 3: Jeg er blitt **usikker** på om min kompetanse holder

Spm. 4: Det har blitt store **konflikter** på arbeidsplassen

Svarverdier: 1. Helt enig – 2. Delvis enig – 3. Ikke enig

Valgfri: **Endringsevne**

Spm. 1: **Toppledelsen** vår er i stand til å **endre** virksomheten på en god måte

Spm. 2: **Min virksomhet** er i stand til å **endre** seg i tråd med nye forventninger

Spm. 3: Når det gjelder **endringer**, er det godt **samarbeid** og god **tillit** mellom arbeidstakere og ledere

Spm. 4: Hos oss er det **motstand** mot endringer

Spm. 5: Vi bruker mer **tid** og **ressurser** på omorganisering enn det vi får igjen

Svarverdier:

1. Ikke i det hele tatt – 2. I liten grad – 3. Til en viss grad – 4. I stor grad – 5. I meget stor grad

Valgfri: Involvering i endringer

Spm. 1: Virksomheten har laget **prosedyrer** for at alle som er berørt av endringer skal bli hørt

Svarverdier: 1. Helt enig – 2. Delvis enig – 3. Vet ikke – 4. Nokså uenig – 5. Helt uenig

Valgfri: Rykter om endring

Spm. 1: Går det **rykter** om endringer på din arbeidsplass?

Svarverdier:

1. Meget sjeldent eller aldri - 2. Nokså sjeldent - 3. Av og til - 4. Nokså ofte - 5. Meget ofte eller alltid

25. Sikkerhet

Valgfri: Sikkerhetsklima

Under er det listet opp en del utsagn som har betydning for helse, arbeidsmiljø og sikkerhet (HMS). Basert på din nåværende jobbsituasjon, angi hvor enig du er i de ulike utsagnene.

Spm. 1: Jeg melder fra dersom jeg ser **farlige** situasjoner på jobb.

Spm. 2: Sikkerhet er **prioritert** når jeg gjør jobben min.

Spm. 3: Jeg ber kolleger om å **stanse** arbeid som jeg mener kan føre til farlige situasjoner.

Spm. 4: Jeg **avbryter** arbeidet dersom jeg mener at det kan være farlig for meg eller andre å fortsette

Spm. 5: I praksis går hensynet til **effektivitet** foran hensynet til helse, arbeidsmiljø og sikkerhet (HMS).

Spm. 6: Rapporter om vold, trusler, ulykker eller farlige situasjoner blir ofte "**pyntet på**".

Spm. 7: Arbeidsmengden er ofte så **stor** at det kan føre til farlige situasjoner.

Spm. 8: **Mangelfullt vedlikehold** av arbeidsplassen og sikkerhetstiltak har ført til dårligere sikkerhet.

Spm. 9: Jeg har den **nødvendige** kompetansen til å utføre jobben min på en sikker måte.

Spm. 10: Jeg har **lett** tilgang til nødvendig personlig verneutstyr (for eksempel volds-/nødalarm).

Spm. 11: **Innspill** fra tillitsvalgte og verneombud om sikkerhet blir tatt seriøst av ledelsen.

Svarverdier:

1. Helt uenig 2. Delvis uenig 3. Verken enig eller uenig 4. Delvis enig 5. Helt enig